



LOHERHOF

Schön. Nah. Erholsam.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Jumping Fitness 09:00 - 09:30 Uhr Aerobic - Raum	Sonnengruß 08:15 - 08:45 Uhr Aerobic - Raum	eGYM/Flexx Betreuung 08:30 - 09:30 Uhr Trainingsfläche	Jumping Fitness 09:00 - 09:30 Uhr Aerobic - Raum	Sensitiv Training 09:30 - 10:15 Uhr Aerobic - Raum	eGYM/Flexx Betreuung 11:00 - 12:00 Uhr Trainingsfläche	Bodystyling 10:30 - 11:30 Uhr Aerobic - Raum
Bodystyling 09:30 - 10:30 Uhr Aerobic - Raum	Yoga 08:45 - 09:45 Uhr Aerobic - Raum	The Sixties 09:30 - 10:30 Uhr Aerobic - Raum	Bodystyling 09:30 - 10:30 Uhr Aerobic - Raum	eGYM/Flexx Betreuung 10:00 - 11:00 Uhr Trainingsfläche	Jumping Fitness 11:00 - 12:00 Uhr Aerobic - Raum	Indoor Cycling 10:45 - 11:45 Uhr IC - Raum
eGYM/Flexx Betreuung 11:00 - 12:00 Uhr Trainingsfläche	Indoor Cycling 09:30 - 10:30 Uhr IC - Raum		eGYM/Flexx Betreuung 12:00 - 13:00 Uhr Trainingsfläche	Jumping Fitness 18:00 - 19:00 Uhr Aerobic - Raum	Bodystyling 12:00 - 13:00 Uhr Aerobic - Raum	Zumba 11:30 - 12:00 Uhr Aerobic - Raum
	eGYM/Flexx Betreuung 10:00 - 11:00 Uhr Trainingsfläche					Jumping Fitness 12:00 - 13:00 Uhr Aerobic - Raum
Faszien-Rückenfitness 17:00 - 18:00 Uhr Aerobic - Raum	Bauch & Rücken 17:00 - 17:30 Uhr Aerobic - Raum	Bodystyling 16:00 - 17:00 Uhr Aerobic - Raum	eGYM/Flexx Betreuung 17:00 - 18:00 Uhr Trainingsfläche	Bodystyling 16:00 - 17:00 Uhr Aerobic - Raum		eGYM/Flexx Betreuung 14:00 - 15:00 Uhr Trainingsfläche
eGYM/Flexx Betreuung 17:00 - 18:00 Uhr Trainingsfläche	Jumping Fitness 17:30 - 18:30 Uhr Aerobic - Raum	Step Aerobic I 17:00 - 18:00 Uhr Aerobic - Raum	Bodystyling 18:00 - 19:00 Uhr Aerobic - Raum	Step Aerobic II 17:00 - 18:00 Uhr Aerobic - Raum	Kinderbetreuung	
Bodystyling 18:00 - 19:00 Uhr Aerobic - Raum	Bodystyling 18:30 - 19:30 Uhr Aerobic - Raum	Jumping Fitness 18:00 - 19:00 Uhr Aerobic - Raum	Stretch & Relax 19:00 - 19:45 Uhr Aerobic - Raum	Indoor Cycling 17:00 - 18:00 Uhr IC - Raum	Montag	09:00 - 11:00 Uhr 17:00 - 20:30 Uhr
Zumba 19:00 - 19:30 Uhr Aerobic - Raum	Indoor Cycling 18:30 - 19:30 Uhr IC - Raum	eGYM/Flexx Betreuung 18:00 - 19:00 Uhr Trainingsfläche	Indoor Cycling 18:30 - 19:30 Uhr IC - Raum	Yogilatis 18:00 - 19:00 Uhr Aerobic - Raum	Dienstag	17:00 - 19:30 Uhr
Jumping Fitness 19:30 - 20:15 Uhr Aerobic - Raum	eGYM/Flexx Betreuung 19:00 - 20:00 Uhr Trainingsfläche	Indoor Cycling 18:30 - 19:30 Uhr IC - Raum		Jumping Fitness 19:00 - 20:00 Uhr Aerobic - Raum	Mittwoch	16:00 - 19:00 Uhr
Indoor Cycling 19:00 - 20:00 Uhr IC - Raum	Yogilatis 19:30 - 20:30 Uhr Aerobic - Raum	Zumba 19:00 - 20:00 Uhr Aerobic - Raum		eGYM/Flexx Betreuung 19:00 - 20:00 Uhr Trainingsfläche	Donnerstag	09:00 - 11:00 Uhr 17:00 - 20:00 Uhr
					Freitag	16:00 - 20:00 Uhr
					Samstag	09:00 - 11:00 Uhr
					Sonntag	10:30 - 13:30 Uhr